



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

FASÜLYE YAPRAĞINDAN EKŞİLİ KÖFTE (MALATYA)

3 su bardağı yarma
1/2 kg. kadar fasulye yaprağı
1 kg. yoğurt
1/2 kg. kuru soğan
250 gr. yeşil fasulye
45 yemek kaşığı tereyağı
2 kaşık erik ekşisi
1 kaşık toz şeker
1 kaşık kefir
2 kaşık un
Tuz

Yarma tuz su ilâvesiyle yoğrularak fazla sert olmayan bir hamur hazırlanır. Fasulye yapraklarının parlak tarafları dışa gelecek şekilde içlerine hamur konarak (uçları içe katlanmadan) kalem gibi sarılır. Bir tencereye muntazam olarak dizilir, ayıklanmış, yıkanmış, doğranmış fasulyeler ara ara içlerine atılır, üzerine bir tabak konarak (dağıtılmaması için) sıcak su ilave edilir, tuz atılır, biraz pişirilir. Süzgece boşaltılarak süzülür, üzerine soğuk su gezdirilir. Başka bir tencereye alınır. Diğer tarafta un, şeker, kefir, erik ekşisi bir tencerede karıştırılır, üzerine karıştırma karıştırma iki bardak suyla sulandırılmış yoğurt ilave edilir, karıştırma işlemine devam edilerek ateşe konur kaynatılır, kaynayan yoğurt köftenin üzerine boşaltılır, kapağı kapatılarak köfteler pişmeye bırakılır. Soğanlar, küp şeklinde doğranır, tereyağında pembeleştirilerek hazırlanır. Köftenin suyu koyulaşıp pişince ateşten alınır. Servis tabağına boşaltılır, suyundan iki üç kaşık soğanın içine konarak karıştırılır. Soğan köftelerin üzerine gezdirilir, sıcak veya ılık olarak servis yapılır.